

МЕНЮ

22 декабря 2021 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007	68	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ/	250	7,8	11,4	30,3	257	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	6,1	5,9	20,9	163	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
Итого			560	22,4	38,7	74,1	738	1,8
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	2	3,5	1,2	48,9	224	9,6
2008		ИРИС ПРОМЫШ/	37	3,6	12,7	18,5	203	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
Итого			239	7,2	13,9	80,4	479	9,6
Обед								
2007	38	СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	3,3	4,6	14,6	114	15,2
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	100	0,9	6,7	10,1	105	2,4
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРН. ГОВЯД/.	100	18	19,6	4,9	268	0,7
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	100	5,7	4,6	26	168	0
1995	8,32	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТУШЕНЫЙ/	105	1,9	6,6	7,7	98	62
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			16,1	65	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	130	9,6	0,8	63,2	299	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1115	44,7	43,6	176,5	1280	80,3
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЕН/	115	8,9	11,1	59,6	374	0
Итого			315	9,9	11,1	85	484	8
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	106	1,2	0,2	4	25	26,4
2007	89	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ/	305	9	8	11,4	155	6,11
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13,2	53	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			751	20,3	9,2	94,3	545	32,51
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	184	5,3	4,6	7,7	100	1,5
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			194	6,2	5,7	14,2	139	1,5
Всего				110,7	122,2	524,5	3665	133,71

Диетическая сестра
Шеф. повар

Бойко В. Г.
Ищенко Т.Г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 14.04.2021 по 14.04.2022